



名張市男女共同参画

つうしん

第
140
号



2026年8月発行

号

特集「なばりのきらきらウーマン」

第38回 音楽ユニット「ちゃんとゆかいななかまたち」^{さいとう よしこ} 斎藤 佳子さん



名張できらきら輝く女性へのインタビュー企画・第38回は、ギター同好会から生まれた音楽ユニット「ちゃんとゆかいななかまたち」を率いる斎藤佳子さん。フレンドリーでありながらスキッと潔い人柄と行動力が印象的でした。
(インタビューの内容はこちらです)

「女性用トイレ行列問題」の改善へ 国がガイドライン作成



こんな経験、ありませんか…?

どうしてこうなっている?

女性のほうが利用時間がかかります。にも関わらず、東京都の百瀬まなみさんの調査では、1150カ所の9割以上で男性用便器の方が多く、男性用の大便器と小便器の合計数は、平均して女性用の1.76倍でした。このように、トイレの待ち時間は、男女格差が長年放置されてきたものの一つといえます。

参考資料: 月刊総合情報紙「共同参画」7月号、WEBサイト「朝日新聞」

トイレ便器数 男性1:女性1以上へ

政府の方針を受け、関係府省が連携して今年6月にガイドラインを作成しました。それによると「トイレの待ち時間の平等」のために、原則として女性便器数が男性便器数(大便器と小便器の合計)以上であることを基準としています。ちなみに台湾の法律では学校で1:5、オフィスで1:3と定めています。

国際的指標は男性1:女性3

災害や紛争の被災者が尊厳ある生活を送るための国際的な最低基準である「スフィア基準」では、トイレ便器数の男女比として、1:3であることが推奨されています。

便器数の平等じゃなく「待ち時間の平等」をめざすんだね!

名張市男女共同参画センター

三重県名張市希央台5番町19番地
Navarie 2階名張市市民情報交流センター内

TEL 0595-63-5336 FAX 0595-63-5326

e-mail danjo-center@emachi-nabari.jp
https://www.emachi-nabari.jp/j-kouryu/



「つうしん」
web版はコチラ

ご意見・ご感想をお聞かせください





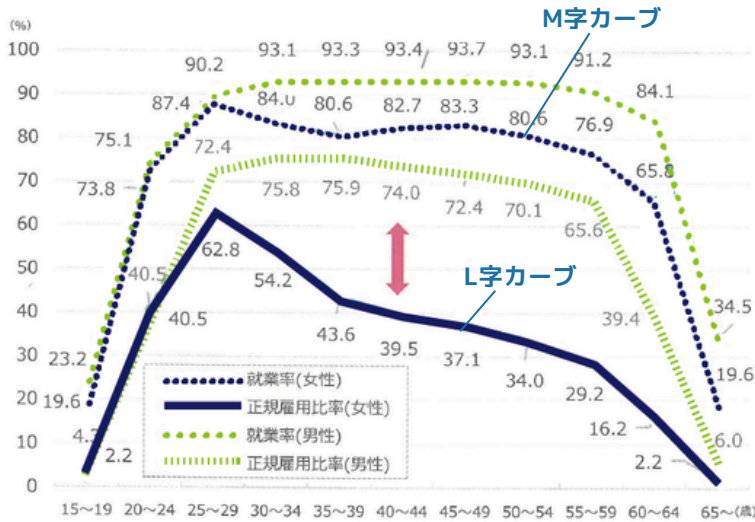
男女の賃金差って、実際どうなの??

男女の賃金格差について、今年3月に発表された数値をご紹介します。

その中で、三重県は47都道府県の中で男女の賃金差が一番大きいと発表されました。格差の解消には何が必要？私たちができることは？一緒に考えてみましょう。



■ 年齢階級別正規雇用率(令和7年)



(出典) 総務省「労働力調査(基本集計)」

● M字カーブとL字カーブ ●

女性の就業率(非正規含む)が結婚・出産を機にぐんと落ちる「M字カーブ」は、近年解消されてきました。しかし、正社員の比率でみると、20代後半に離職し、再び正社員として復職することが難しい現状が「L字カーブ」として浮かび上がってきます。

育児休業取得も含め、男性も家事育児を担うこと、男女ともに子育てとキャリア・やりがいを両立できる環境などが必要です。

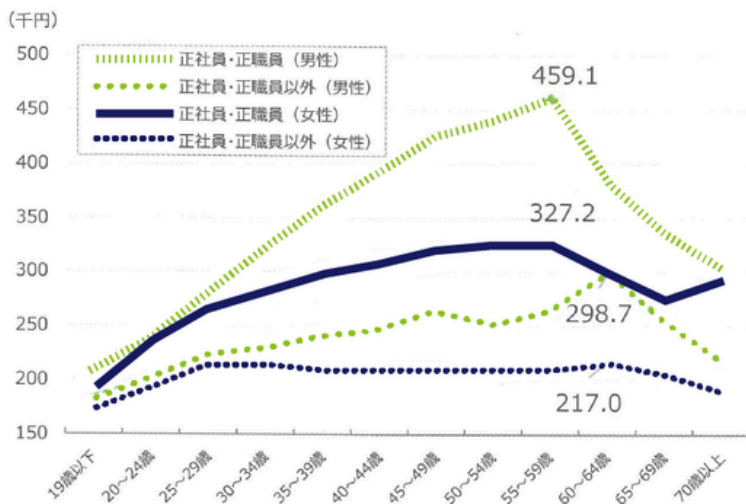
● 賃金格差 ●

「男女雇用機会均等法」が制定されて40年が経ってなお、グラフのように大きな賃金格差が残っています。世界の中でもジェンダー平等化のスピードが遅いのは、日本の女性活躍推進政策が「結果の平等」よりも「機会の平等」に軸足を置いてきたからと言われています。平等に門戸を開いても、所得や管理職の女性比率などの「結果」で軒並み低い数値が並びます。

また、女性活躍推進の一方で、年収が一定額を超えると税金や社会保険料の負担が急増し、手取りが減る「年収の壁」により、「働き控え」が生じています。

多くの女性は働いていても経済力が低く、シングルマザーや高齢単身女性の高い貧困率へつながっています。

■ 所定内給与額(雇用形態別・年齢階級別・令和6年)



けっこうな賃金差があるんだな。
ジェンダー平等は制度も職場も家庭も一体に進めるのが大事かも！

● 三重県では ●

「都道府県別ジェンダー・ギャップ指数」の指標の一つ、フルタイムで働く男女の賃金差が三重では月に8万円以上あり、2026年は経済分野で全国最下位でした。非正規雇用の女性が多いことや女性管理職の少なさ、県内の産業構造などが関係しています。

県は右図のような戦略を公表し、取り組んでいくとしています。



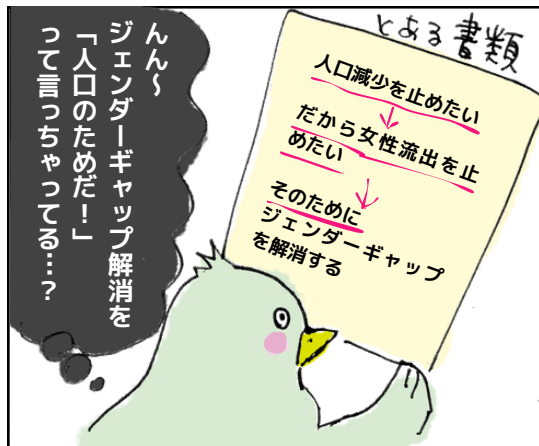
モヤモヤ委員会

第13回

それは何のためなのか問題

ジェンダーギャップ解消は何のため? 経済効果や人口減少のはじめに有効であることは、よく語られます。でもそれらは、結果として期待される効果の一つにすぎません。本来ジェンダー平等の目的は、すべての人が教育・仕事・家庭・政治などあらゆる場面で平等に参加できることです。これにより、一人ひとりが尊重され、個性や能力を十分に発揮できる社会が実現

できます。ジェンダーギャップ解消をめざすことに違いはなくても、目的を間違えると、個人を尊重するための政策が、個人に役割を期待し、押し付けるような政策になってしまうのではないのでしょうか。子どもを産む存在である若年女性を確保しよう!とか:そんな「期待値」として数えられるのってなんだか、窮屈じゃない?



つうしん140号アンケート



- 参考になった記事をお答えください (複数回答可)
 - ① 特集「なばりのきらきらウーマン」
 - ② 「女性用トイレ行列問題」の改善へ
 - ③ 男女の賃金差って、実際どうなの?
 - ④ モヤモヤ委員会第13回
 - ⑤ 相談日程
 - ⑥ 参考になった記事はなかった
- 興味のあるテーマ、今後読みたいと思うテーマはどれですか? (複数回答可)
 - ① 子どもの性被害を防ぐ
 - ② 更年期とジェンダー
 - ③ その他 ()
- 特集「なばりのきらきらウーマン」についてご意見・ご感想をお聞かせください。
- 140号の記事全体について、ご意見・ご感想をお聞かせください。

★ お名前、年齢、住所、「〇号アンケート」と明記の上、下記の宛先へお送りください。(送料等をご負担ください)

WEBで回答

メールで回答



WEB <https://forms.gle/qKzSHp51SBt9fGjU7>
 メール danjo-center@emachi-nabari.jp
 郵 送 〒518-0775 名張市希央台5-19
 名張市男女共同参画センター宛
 FAX 0595-63-5326

応募締切:10/10(土) (必着)

※ご記入いただいた個人情報は図書カード発送のみに使用し、当選発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。

編集後記

熊本で大きな地震がありました。被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。地震大国でこれまでに得た教訓はたくさんあり、その教訓をどのくらい活かすことができるのかを、私たちはことあるごとにつきつけられていると感じます。命の重さとともに。

平時のジェンダー平等と、子どもや障がいのある人や高齢者の人権保障が、いざという時の命に関わってくることは、これまで私自身も学んできたことです。命を守る備えは、待ったなし。とすれば、あらゆる場面で人権が守られることは、「いつか」ではなく「今」が必要です。



相 談 日 程

名張市男女共同参画センター

9月
2026

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			女性のための相談 9:00～12:00		女性弁護士による法律相談 10:00～14:00 女性のための相談 13:00～16:00	
6	7	8	9	10	11	12
	休館日	人権相談 13:30～16:00	女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	
13	14	15	16	17	18	19
	休館日	人権相談 13:30～16:00	女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	
20	21	22	23	24	25	26
	休館日	メンタルヘルス相談 13:00～16:00	★		女性のための相談 13:00～16:00	
27	28	29	30	●予約電話 63-5336		
	休館日		女性のための相談 9:00～12:00			

★23日(水)の女性相談は、祝日のため休みです。

10月
2026

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					女性弁護士による法律相談 10:00～14:00 女性のための相談 13:00～16:00	
4	5	6	7	8	9	10
	休館日		女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	
11	12	13	14	15	16	17
	休館日	人権相談 13:30～16:00	女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	
18	19	20	21	22	23	24
	休館日	人権相談 10:00～15:00	女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	
25	26	27	28	29	30	31
	休館日	メンタルヘルス相談 13:00～16:00	女性のための相談 9:00～12:00		女性のための相談 13:00～16:00	



女性弁護士による法律相談

毎月第1金曜日 10:00～14:00

要予約

面談



メンタルヘルス相談

毎月第4火曜日 13:00～16:00

要予約

面談



女性のための相談

毎週水曜日 9:00～12:00
毎週金曜日 13:00～16:00

予約優先

電話相談可

※祝日の場合は
お休みです



人権相談

毎月2回 ※詳しくは、名張市人権センター
(63-0018) へお問い合わせください。

要予約

面談

Special interview 38

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

さいとう よしこ
齋藤 佳子 さん

音楽ユニット
ちゃんとゆかいななかまたち

profile

名張に転居して30年。2児の母。子育てをしながら美容師免許を取る。40歳になってからギターを始め、美容室経営の傍ら、「ちゃんとゆかいななかまたち」として音楽活動をしている。



**“ゆかいななかま” とともに
～自分にできることを考えて～**

「ちゃんとゆかいななかまたち」を始めた
きっかけやネーミングについて教えてください。

結成して4年めです。私が通う桔梗が丘ルーテル教会でギター同好会を担当しているのですが、ある時、私以外のメンバーがいなくなり、どうしようかと思っていました。そこへ知人から紹介された人が友人を連れてきて、まず3人に。また、自宅マンションのエレベーターの中で背中にギターを担いだ女性に声をかけて話す中でメンバーが増えたり、知り合いの娘さんが入ってくれたり、ミラクルな引き寄せのおかげで、20代から60代のメンバーが集まり、現在9人になりました。

「ちゃんとゆかいななかまたち」というユニット名は、全員で考えました。「みんながちゃんと愉快地に楽しめるように」、「メンバーが増えても減っても、参加できない時があっても大丈夫、お互いを大事にしよう」、さらに「演奏する私たちも、ライ

ブに集まってくださったみなさんも一体となって楽しめるように」という願いを込めてネーミングしました。

音楽への思いや、音楽ユニットの
活動について聞かせてください。

ギターを弾きながら歌うのが好きなんです。両親がクリスチャンで、幼い頃から教会の音楽に触れて育ちました。高校生の時は、ドラム演奏の経験もしました。ギターは、音源がなくても一人で気持ちよく歌える、練習できる。そう思って、40歳になってから始めました。そうして、ギター同好会存続の危機を乗り越え、「ちゃんとゆかいななかまたち」で共に活動できることに、感謝しています。個性豊かで、年齢の幅もあり、価値観もそれぞれなメンバーですが、ギターが好き、音楽が好き、みんなで演奏したいという思いをもって、

同じ場・同じ時間を共有できることは、尊いことだと思っています。

私の美容室があるハートアイランドでこれまで何度か企画させてもらった音楽イベントに出演のほか、教会のイベントや、カフェでのオープンマイク、各所でのブッキングライブ出演などが主な活動です。季節にあったゴスペルやフォーク・ポップス・歌謡曲など、会場の誰もが楽しめるような曲をみんなで選んでいます。メンバーはそれぞれギターから入ったのですが、最近は曲によって、カホン・ハーモニカ・鉄琴・キーボード・タンバリンなども使って演奏しています。



他に、これまで挑戦されたことなどを教えてください。

娘が生まれた頃、阪神淡路大震災がありました。日々の震災関連のニュースに心痛め、下を向いてしまいそうな時、テレビのドキュメンタリーを観ました。片手に椅子、片手にハサミ。現地でヘアカットボランティアとして働く美容師の後ろ姿に感動。心動かされた私は、娘が2歳になった頃から美容室で働きながら、美容師の免許を取得しました。そして、東日本大震災の時は、現地でボランティアカットや炊き出し・紙芝居などをしました。その後は、現地の物産販売や募金活動を続けています。

また、美容師の仕事の中でも、環境と人体の負担にならない薬剤や手法にこだわり、お客様の理



解を得ながら施術してきました。小さなことでも「自分にできること」を考え、実践しています。

みなさんへのメッセージや、これからも大切にしたいことを聞かせてください。

声を掛け合い、サポートしあいながら、心から楽しめることに喜びを感じています。「ちゃんとゆかいななかまたち」をはじめ、関わってくださっているみなさんに感謝を伝えたいです。

イベントに出演するだけでなく、準備や片付けや練習も含めての活動であり、やりがいや喜びはそこからやってくると感じています。自分に足りないところは、助けてくれる人が必ずいることのありがたみを胸に刻み、失敗と感じたときは「やらかしたなあ」と反省し、次へ向かっています。そして、その中で得た絆を大切にしたいです。音楽を通して仲間が仲間を呼び、どんどんゆかいなつながりが広がってほしいです。



インターネットで映画やドラマを見てほっと一息ついています♪

💎 見つけた「彼女らしさ」 ✨

率直に思いを行動にしながら、多角的な目線で周囲への配慮を忘れない斎藤さん。器用で優しい手が、ギターやハサミに魔法をかけます。音楽活動では多様なメンバーや来場者が楽しめるよう心を砕き、美容室ではお客様の髪を守る視点をもつ。自分だけでなく、周りの人々の喜びや楽しさを引き出す豊かなパワーに、斎藤さん「らしさ」を見つけました。